

ABSTRAK

ZAKIA ASHARI. 2024. Pengaruh Latihan *Open Spike* terhadap Keterampilan *Spike* Bola Voli. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan spike dalam permainan bola voli. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain pretest dan posttest. Populasi penelitian ini merupakan anggota klub yang berjumlah 20 orang. Keterampilan spike diukur sebelum dan sesudah program latihan menggunakan tes keterampilan spike. Hasil pengujian menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari variasi latihan terhadap keterampilan *spike* bola voli pada klub bola voli tunas harapan Kota Tasikmalaya. Uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} 5.31 > t_{tabel} 2.093, sehingga hal tersebut menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *spike* dalam permainan bola voli setelah diberi perlakuan dengan menggunakan variasi latihan.

Kata kunci : Variasi latihan, keterampilan spike

ABSTRACT

ZAKIA ASHARI. 2024. *The Influence of Spike Training Variations on Volleyball Spike Skills.* Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

This study aims to analyze the influence of training variations on spike skills in volleyball. The research method used is an experimental design with pretest and posttest. The population of this study consists of 20 members of a club. Spike skills were measured before and after the training program using a spike skills test. The test results indicate that there is an influence of training variations on spike skills in volleyball at the Tunas Harapan Volleyball Club in Tasikmalaya. The hypothesis test shows that the calculated t_{count} of 5.31 is greater than the t_{table} of 2.093, indicating that the null hypothesis H_0 is rejected and the alternative hypothesis (H_a) is accepted. This means there is a significant effect on spike skills in volleyball after being treated with training variations.

Keywords: Training variations, spike skills